

โครงการจัดอบรม “กิจกรรมผู้สูงอายุสุขภาพดี ชีวิตมีสุข”

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘

องค์การบริหารส่วนตำบลสีชมพู อำเภอนาแก จังหวัดนครพนม

.....

๑.ชื่อโครงการ โครงการจัดอบรม “กิจกรรมผู้สูงอายุสุขภาพดี ชีวิตมีสุข” ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๘

๒.หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยวันนี้กำลังอยู่ในช่วงสังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) ในปี ๒๕๖๐ เรามีผู้สูงอายุที่อายุ ๖๐ ปีขึ้นไปอยู่ ๑๐.๒ ล้านคน จากประชากรทั้งหมด ๖๖.๑ ล้านคน ซึ่งคิดเป็น ๑๕.๔ % และทางสำนักงานสถิติแห่งชาติคาดว่าในปี ๒๕๖๔ ประเทศไทยจะกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aging Society) คือจะมีปริมาณผู้สูงอายุมากกว่า ๒๐ % ของประชากรทั้งหมด และสัดส่วนนี้มีแนวโน้มจะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ การเปลี่ยนแปลงและเตรียมพร้อมให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี และใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุขเป็นเรื่องสำคัญ การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรของประเทศไทย ทำให้ประชากรในวัยผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ประกอบเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจและสังคม มีผลให้ลักษณะครอบครัวไทยเปลี่ยนจากครอบครัวขยาย (Extend Family) ไปสู่ครอบครัวเดี่ยว (Nuclear Family) ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวลดลง จำนวนผู้ที่จะทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวลดลง มีเวลาให้ผู้สูงอายุลดลง ขาดการให้ความรักและความอบอุ่น ผู้สูงอายุจึงถูกทอดทิ้งให้อยู่โดดเดี่ยวและดำเนินชีวิตเพียงลำพัง สภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้ผู้สูงอายุต้องเผชิญกับปัญหาในการปรับตัวเพื่อให้สอดคล้องกับสังคมปัจจุบัน ทั้งในด้านความคิด ความเข้าใจ และค่านิยมต่างๆ ซึ่งก่อให้เกิดความน้อยใจ สอดคล้องกับสังคมปัจจุบัน ทั้งในด้านความคิด ความเข้าใจและค่านิยมต่างๆ ซึ่งก่อให้เกิดความน้อยใจ ความเครียด ความคับข้องใจ แยกตัวออกจากสังคม ขาดสัมพันธ์ภาพกับสมาชิกในครอบครัว ท้อแท้และเบื่อหน่ายในชีวิต ประกอบกับวัยสูงอายุเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบใหม่ ต้องออกจากงานมีรายได้ลดลง ภาวะสุขภาพเสื่อมลง มีโรคทางกายเพิ่มมากขึ้น มีสารชีวเคมีและฮอร์โมนลดลง การสูญเสียสิ่งสำคัญของชีวิต เช่น การสูญเสียคู่ชีวิต เพราะตายจากการสูญเสียบุตรเพราะแยกไปมีครอบครัว การสูญเสียตำแหน่งหน้าที่การงาน การสูญเสียสถานภาพ หรือบทบาททางสังคม ตลอดจนการสูญเสียการเป็นที่พึ่งของครอบครัว สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยสำคัญ ที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจของผู้สูงอายุ หากผู้สูงอายุไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากบุคคลใกล้ชิดด้วยแล้วจะยิ่งทำให้ผู้สูงอายุว่าเหว่ มีภาวะซึมเศร้าและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองลดลงจนเกิดความรู้สึกสิ้นหวัง แยกตัวออกจากสังคม เป็นผลให้เกิดความผิดปกติทางจิตใจที่รุนแรงและอาจเป็นอันตรายต่อชีวิตได้

องค์การบริหารส่วนตำบลสีชมพู ได้ตระหนักถึงความสำคัญของผู้สูงอายุ จึงได้ดำเนินโครงการจัดอบรม “กิจกรรมผู้สูงอายุสุขภาพดี” ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๘ ขึ้น ทั้งนี้โดยอาศัยตามพระราชบัญญัติสภาตำบลและองค์การบริหารส่วนตำบล พ.ศ. ๒๕๓๗ (แก้ไขเพิ่มเติมถึง ฉบับที่ ๖) พ.ศ. ๒๕๖๕ มาตรา ๖๗ (๖) กำหนดให้องค์การบริหารส่วนตำบลมีหน้าที่ในการส่งเสริมการพัฒนาสตรี เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ และผู้พิการ เพื่อให้สอดคล้องกับกรอบยุทธศาสตร์การพัฒนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในท้องถิ่น

๓.วัตถุประสงค์

๓.๑ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจแก่ผู้สูงอายุและผู้ดูแลผู้สูงอายุ

๓.๒ เพื่อเสริมสร้างทักษะในการดูแลสุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุ

๓.๓ เพื่อเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุ มีปฏิสัมพันธ์ และตระหนักถึงความสำคัญในการอยู่ร่วมกันในสังคม

๓.๔ เพื่อให้ผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน องค์กรภาครัฐ เอกชน ได้มีส่วนร่วมและให้ความสำคัญในด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

๔.กลุ่มเป้าหมาย

๔.๑ เชิงปริมาณ ผู้เข้าร่วมกิจกรรม จำนวน ๒๐๐ คน ประกอบด้วย

-ผู้สูงอายุในตำบลสีชมพู	จำนวน ๑๔๐ คน
-ผู้ดูแลผู้สูงอายุ	จำนวน ๒๘ คน
-สมาชิก อบต และ คณะผู้บริหาร อบต.สีชมพู	จำนวน ๑๑ คน
-อสม.ตำบลสีชมพู	จำนวน ๑๔ คน
-เจ้าหน้าที่จัดทำโครงการฯ	จำนวน ๗ คน

๔.๒ เชิงคุณภาพ ส่งเสริมผู้สูงอายุสุขภาพดี ชีวีมีสุข และขับเคลื่อนการดำเนินงานการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อกับสังคมผู้สูงอายุ

๕.วิธีดำเนินการ

- ๑) จัดทำโครงการเพื่อเสนอต่อ นายกองค์การบริหารส่วนตำบลสีชมพู เพื่อ ขอรับการพิจารณาอนุมัติ
- ๒) ประสานงานกับหน่วยงานภาครัฐ อบต. เอกชน หน่วยงานอื่นๆ เพื่อเป็นวิทยากรรับเชิญในด้านที่เกี่ยวข้องกับโครงการหรือกิจกรรม
- ๓) จัดเตรียมสถานที่และอุปกรณ์ที่จะใช้ในการจัดกิจกรรมแต่ละกิจกรรม
- ๔) จัดเตรียมเอกสารประเมินความพึงพอใจของแต่ละกิจกรรมเพื่อนำมาใช้เป็นข้อมูลในการปรับปรุงแก้ไขในกิจกรรมครั้งต่อไป
- ๕) ประสาน อสม. ตรวจวัดความดัน ชั่งน้ำหนักผู้สูงอายุ
- ๖.) จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้ให้แก่ผู้สูงอายุ
- ๗.) ดำเนินการจัดอบรมตามที่กำหนด
- ๘.) สรุปและประเมินผลการจัดอบรม

๖.พื้นที่ดำเนินการ

องค์การบริหารส่วนตำบลสีชมพู อำเภอนาแก จังหวัดนครพนม

๗.งบประมาณ

งบประมาณตามข้อบัญญัติประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๘ แผนงานสร้างความเข้มแข็งของชุมชน งานส่งเสริมและสนับสนุนความเข้มแข็งชุมชน งบดำเนินงาน ค่าใช้สอย รายจ่ายเกี่ยวกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะรายจ่ายงบรายจ่ายอื่นๆ โครงการจัดอบรม “กิจกรรมผู้สูงอายุสุขภาพดี ชีวีมีสุข” ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๘ ตามรายละเอียดแนบท้าย เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายโครงการจัดอบรม “กิจกรรมผู้ดูแลผู้สูงอายุ ชีวีมีสุข” ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๘ ใช้งบประมาณดำเนินงาน จำนวน ๔๙,๑๐๐.-บาท (สี่หมื่นเก้าพันหนึ่งร้อยบาทถ้วน) รายละเอียดตามกำหนดการแนบท้าย

๘. ระยะเวลาการดำเนินการ

วันที่ ๑๑ เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๘

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

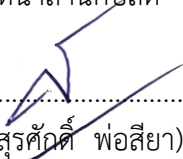
- ๑) ผู้สูงอายุและผู้เข้าร่วมกิจกรรม ได้รับการพัฒนาด้านจิตใจ สุขภาพ สังคม เศรษฐกิจ และ ภูมิปัญญา
- ๒) ผู้สูงอายุและผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีทักษะการดูแลสุขภาพร่างกาย และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ดียิ่งขึ้น
- ๓) ผู้สูงอายุและผู้เข้าร่วมกิจกรรม จะตระหนักถึงการอยู่ร่วมกันภายใต้สังคมระหว่างวัยและจะสามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขภายในครอบครัว และสังคม

๑๐. ผู้รับผิดชอบโครงการ

สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลสีชมพู อำเภอนาแก จังหวัดนครพนม

(ลงชื่อ)..........ผู้เขียนโครงการ
(นางนันทนา ชาเครือ)

นักพัฒนาชุมชนชำนาญการ
(ลงชื่อ)..........ผู้เสนอโครงการ
(นางสาวพนมลักษณ์ อัครชาติ)
หัวหน้าสำนักปลัด

(ลงชื่อ)..........ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายสุรศักดิ์ พ่อสียา)
รองปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลสีชมพู

(ลงชื่อ)..........ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายชัยสิทธิ์ พลวรรณ)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลสีชมพู

(ลงชื่อ)..........ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายบัญญัติ วงศ์ผาบุตร)
รองนายกองค์การบริหารส่วนตำบลสีชมพู

(ลงชื่อ)..........ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายคำเกิง วงศ์หลวงอุด)
รองนายกองค์การบริหารส่วนตำบลสีชมพู

(ลงชื่อ)..........ผู้อนุมัติโครงการ
(นายเศรษฐสิริ คำคนชื่อนิธิศ)
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลสีชมพู

รายละเอียดค่าใช้จ่าย
โครงการอบรม “จัดกิจกรรมผู้สูงอายุสุขภาพดี ชีวีมีสุข” ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘
องค์การบริหารส่วนตำบลสีชมพู อำเภอนาแก จังหวัดนครพนม

ลำดับ	รายการ	จำนวน/ หน่วย	ราคา/ หน่วย	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
๑	ค่าอาหารกลางวัน (๒๐๐x๑๐๐)	๒๐๐	๑๐๐	๒๐,๐๐๐	ระเบียบกระทรวงมหาดไทย ว่า ด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม และการเข้ารับการฝึกอบรมของ เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น พ.ศ.๒๕๕๗ หมวด ๒ ข้อ ๑๒ (๑๓)
๒	ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม (จำนวน ๒ มื้อ ๗๐๐)	๒๐๐	๖๐	๑๒,๐๐๐	ระเบียบกระทรวงมหาดไทย ว่า ด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม และการเข้ารับการฝึกอบรมของ เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น พ.ศ.๒๕๕๗ หมวด ๒ ข้อ ๑๒ (๑๑)
๓	ค่าสมนาคุณวิทยากร (๖ ชั่วโมง ๖๐๐)	๖	๖๐๐	๓,๖๐๐	ระเบียบกระทรวงมหาดไทย ว่า ด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม และการเข้ารับการฝึกอบรมของ เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น พ.ศ.๒๕๕๗ หมวด ๒ ข้อ ๑๒ (๑๒)
๔	ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการใช้และ การตกแต่งสถานที่ฝึกอบรม -ค่าตกแต่งเวทีและจัดสถานที่ -ค่าเช่าเต็นท์ -ค่าเช่าโต๊ะ เก้าอี้ -ประดับผ้า -ค่าเช่าเวที (ขนาด ๘x๔ เมตร)	๑	๗,๐๐๐	๗,๐๐๐	ระเบียบกระทรวงมหาดไทย ว่า ด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม และการเข้ารับการฝึกอบรมของ เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น พ.ศ.๒๕๕๗ หมวด ๒ ข้อ ๑๒ (๑)
๕	ค่าเช่าอุปกรณ์ต่าง ๆ ในการ ฝึกอบรม -ค่าเช่าเครื่องเสียง	๑	๕,๐๐๐	๕,๐๐๐	ระเบียบกระทรวงมหาดไทย ว่า ด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม และการเข้ารับการฝึกอบรมของ เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น พ.ศ.๒๕๕๗ หมวด ๒ ข้อ ๑๒ (๘)
๖	ค่าใช้จ่ายอื่นที่จำเป็นในการ ฝึกอบรม -ค่าจ้างเหมาทำป้ายโครงการ ขนาด ๒.๕x๔ เมตร (ตารางเมตรละ ๑๕๐ บาท)	๑	๑๕๐	๑,๕๐๐	ระเบียบกระทรวงมหาดไทย ว่า ด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม และการเข้ารับการฝึกอบรมของ เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น พ.ศ.๒๕๕๗ หมวด ๒ ข้อ ๑๒ (๑๖)
รวม (สี่หมื่นเก้าพันหนึ่งร้อยบาทถ้วน)			๔๙,๑๐๐		

กำหนดการอบรม
โครงการจัดอบรม “กิจกรรมผู้สูงอายุสุขภาพดี ชีวิตมีสุข”
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ ๒๕๖๘
วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๘
ณ องค์การบริหารส่วนตำบลสีชมพู อำเภอนาแก จังหวัดนครพนม

กำหนดการ	กิจกรรม/หัวข้อ	หมายเหตุ
๐๗.๓๐ – ๐๘.๐๐ น.	ลงทะเบียน จัดทำแบบประเมินโครงการฯ ก่อนเข้ารับฝึกอบรม	ผู้เข้ารับการฝึกอบรม
๐๘.๐๐ – ๐๘.๓๐ น.	คัดกรองและวัดอุณหภูมิ ตรวจวัดความดัน ชั่งน้ำหนัก พิธีเปิดโครงการจัดอบรม “กิจกรรมผู้สูงอายุสุขภาพดี ชีวิตมีสุข” ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๘	นายกองค์การบริหารส่วนตำบลสีชมพู
๐๘.๓๐ – ๐๙.๓๐ น.	- บรรยายเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุสุขภาพดี	วิทยากร
๐๙.๓๐ – ๑๐.๓๐ น.	- กิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับการมีส่วนร่วมระหว่างผู้สูงอายุกับครอบครัวมีความสุข	วิทยากร
๑๐.๓๐ – ๑๐.๔๕ น.	พักรับประทานอาหารว่าง	
๑๐.๔๕ – ๑๒.๐๐ น.	บรรยายเกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อเสริมสร้างสุขภาพดี ชีวิตมีสุข	วิทยากร
๑๒.๐๐ – ๑๓.๐๐	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
๑๓.๐๐ – ๑๔.๓๐	- กิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลป้องกันในการเลือกบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เพื่อป้องกันความเสี่ยงของโรคที่เกิดกับผู้สูงอายุ	วิทยากร
๑๔.๓๐ – ๑๔.๔๕	พักรับประทานอาหารว่าง	
๑๔.๔๕ – ๑๖.๐๐	- กิจกรรมสอนการออกกำลังกายประกอบจังหวะ	วิทยากร
๑๖.๐๐ – ๑๖.๓๐	สรุป ทบทวน จัดทำแบบประเมินโครงการ ฯ หลังเข้ารับการฝึกอบรม	วิทยากร
****กำหนดการสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม****		

